

KURSPLAN

Bitte tragt Euch ins neue Kursbuch ein! Danke



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	Samstag
	8:00 – 9:00 TRX Sabine Neu			8:00 – 9:00 Mobility Fortgeschrittene Sabine	
			9:00 – 10:00 Rückenfit Sonja Neu	9:00 – 10:00 Mobility Beginner Sabine Neu	
	9:00 – 10:00 Intervallstunde Sonja Neu		10:00 – 11:00 Zirkel TFL. Nina Neu		
18:00 – 19:00 Spinning Claudio	18:00 – 19:00 Spinning Sabine		18:00 – 19:00 Spinning Elisa		17:00 – 18:00 Spinning Claudio/ Alessandro
17:30 – 18:30 Bodyforming Sonja Neu	18:00 – 18:45 Muscle Power Nina	18:00 – 19:00 Faszien-Training Nina	18:00 – 19:00 Mobility Sabine	18:00 – 19:00 Taekwondo Startergruppe Gemischt! Carsten Neu	
18:30 – 19:30 Mobility Sabine	18:45 – 19:30 Qi - Gong Nina	19:00 – 20:00 Vinyasa Power Yoga Tanja Neu	19:00 – 20:00 Step & Sweat Sabine		
19:30 – 20:30 Piloxing Sabine	19:30 – 20:30 Fatburner Sandy Neu	20:00 – 21:00 Zumba Mihaela Neu			